

1 単元名 心を一つにシンクロマットをしよう

2 単元の目標

マット運動の集団演技に向け、自己やグループでの練習に取り組みながら、仲間とアドバイスし合う活動を通して、自己やグループの能力に適した課題を見付け、その解決のためにマット運動のコツを考えるとよいことに気づき、技ができるようになったり、運動することの楽しさや喜びを感じたりすることができる。

※コツ・・・実際の体の動かし方

3 単元と児童（男子7人、女子13人、計20人）

体育の学習では、「できるようになりたい」という意欲をもって学習に取り組む児童が多い。跳び箱運動では、技ができるようになるとさらに難易度の高い技で取り組もうと試行錯誤して練習する児童が多かった。しかし、仲間の動きを観察して自分の動きに生かそうとしたり、仲間に上手にできる方法をアドバイスしたりするといった姿が少ない。

マット運動は、個人の学習のため、一般的に個人的な課題達成に向けて活動することが多く、仲間と教え合ったり、支え合ったりする関係が成立しにくい。そこで本単元では、グループでマット運動の学習である「シンクロマット」に取り組ませる。「シンクロマット」とは、マット運動の技を複数人でタイミングを合わせたり、ずらしたりして仲間と演技をする運動である。この学習を取り入れることによって、グループの共通した課題に向かい、仲間の動きを見たり、支え合ったりすることで、運動のコツに気づき、技ができた時や「シンクロマット」で納得した演技ができた時の喜びを実感させたい。また、マット運動は自分の動きを客観的に観察しにくく、課題や解決方法を見いだすには難しさがある。そこで ICT 機器の iPad を用いて、「する・みる・支える・知る」といった体育の見方・考え方を働かせて、問題解決していくための一助としたい。

これらの実態から本単元を通して目指す姿を以下のように設定する。

- ①仲間にアドバイスし合いながら練習に取り組む姿。
- ②自己やグループの能力に適した課題を見付ける姿。
- ③課題解決のための技のコツを考えるとのよさに気付く姿。
- ④技の習得や課題解決の喜びや楽しさを感じる姿。

4 見方・考え方の構想

（1） 体育の見方・考え方について

学習指導要領解説体育編では、体育の見方・考え方とは、「運動やスポーツを、その価値や特性に着目して、楽しさや喜びとともに体力の向上に果たす役割の視点から捉え、自己の適性等に応じた『する・みる・支える・知る』の多様な関わり方と関連付けること」としている。また、日本女子体育大学教授の高橋修一は、体育の見方・考え方について「運動やスポーツとの多様な関わり方が広がるとともに深まっていくことを期待することである。」としている。このことから、体育の見方・考え方を働かせるとは、運動やスポーツと自己がどのように関わっていくか、自己がどのように課題を見付け、解決していくかという点で重要であると考えられる。本単元では、体育の見方・考え方を以下のように設定する。

- 「する」 …課題を基に実際に運動を行う姿。
- 「みる」 …自分や仲間、示範の動きを見て課題を見付ける姿。
- 「支える」 …仲間に助言や補助をしたり、励ましたりする姿。
- 「知る」 …技のポイント（教師が提示するもの）を知る姿。技のコツ（児童が見つけた実際の体の動かし方）に気付く姿。

（2） 体育の見方・考え方について～「知る」…技のコツ（実際の体の動かし方）に気付く姿～

本単元では、「知る」という体育の見方・考え方に重点を置いて進めていく。体育では、技の行い方を知っていても、やってみるとできないということが多くある。これは、知識として体の動かし方（ポイント）を知っていても、実際の体の動かし方（コツ）が分かっていない状態である。本単元では、コツに着目させ、児童自身がコツを見付けることで、技をできるようにさせたい。

5 指導計画（全9時間）

次	時	学習活動	評価規準
1 次 (5)	1	・シンクロマットの演技を見て、マット運動を行うための下位運動（ゆりかご、背支持倒立、カエルの足打ち）に取り組む。 <u>する</u> （みる）（知る）	マット運動を安全に行うための方法や技の名称や行い方を知る。（知識・技能）
	2	・グループで前転、開脚前転の習得に向け、ポイントを知り、技のコツを考える。（する）（みる）（支える） <u>知る</u>	技の名称やポイントを知り、コツに気付き、仲間にアドバイスをしている。（思考・判断・表現）
	3	・グループで後転、開脚後転の習得に向け、ポイントを知り、技のコツを考える。（する）（みる）（支える） <u>知る</u>	技の名称やポイントを知り、コツに気付き、仲間にアドバイスをしている。（思考・判断・表現）
	4	・グループで壁倒立の習得に向け、ポイントを知る。 <u>する</u> （みる）（支える）（知る）	技の名称やポイントを知る。（知識・技能）
	5	・グループで壁倒立の習得に向け、壁倒立を行うためのコツを見付ける。〔本時〕（する）（みる）（支える） <u>知る</u>	技のコツに気付き、仲間にアドバイスをしている。（思考・判断・表現）
2 次 (4)	6	・試しのシンクロマットを行い、発表のイメージをつかむ。 <u>する</u> （みる）（支える）（知る）	シンクロマットについて知る。（知識・技能） 発表に向けてどんな演技にするか仲間と協力して話し合いながら活動している。（学びに向かう人間性）
	7	・グループで行う技と演技の構成を話し合う。（する）（みる） <u>支える</u> （知る）	演技をよりよくするため、自己やグループの能力に適した技を選択し、隊形を考えている。（思考・判断・表現）
	8	・グループで発表会に向けた練習を行う。（する）（みる） <u>支える</u> （知る）	発表に向けて課題を見だし、演技をよりよくする方法を考えて学習に取り組んでいる。（思考・判断・表現）
	9	・グループで発表会を行う。（する） <u>みる</u> （支える）（知る）	グループで演技に取り組むとともに、他の班の演技の良さに気付いたり、自己やグループでよりよい演技ができた喜びや楽しさを感じたりしている。（思考・判断・表現）

6 本時について（5/9時間）

（1）目標

壁倒立の習得に向けて、グループの仲間とアドバイスし合う活動を通して、自分や仲間の動きから、足の振り上げ感覚や、腕支持感覚に着目して、壁倒立ができるためのコツを見付けることができる。

（2）見方・考え方、問い返しと話し合い活動の工夫、価値付けの仕方の構想

① 体育の見方・考え方について～「知る」…足の振り上げ感覚と腕支持感覚に着目する～

壁倒立の学習を通して、自分が見付けたコツを「足を上げる時はフワッと上げる」「天井に着くように」などとオノマトペや例えで言語化させ、壁倒立の連続図を示したワークシートに記入していく。さらに、自分が見付けたコツを仲間に伝えたり、教えてもらったコツを試したりすることで、今まで意識しなかった感覚に気付かせたい。

② 問い返しと話し合い活動の工夫について～動きのコツを引き出す問い返しとグループでの話し合い活動の設定～

多くの児童が課題となっている動きに着目させ、教師が「どうすればできるようになるか」と問う。「勢いをつける」「早く足を上げる」という曖昧な言葉に対して「それってどういうこと？」と問い返し、グループで話し合わせる。このことにより、課題を解決するための動きのコツを考えることができるようになる。

③ 体育の見方・考え方の価値付けについて～掲示物の活用～

マット運動に必要な体育の見方・考え方を掲示し、それを活用しながら活動に取り組ませるようにする。常に、授業でどんな見方・考え方が活用できるか立ち返る場を設定することで、技のコツをつかんだり、仲間に助言したり、自分の助言が仲間の課題解決につながったりする姿に期待したい。

(3) 展開

時 間	児童の追求の深まりや教師の支援	※指導上の留意点 ○教師の支援 ☆評価
導 入 10 分 展 開 23 分 終 末 7 分	T1：感覚づくりの運動をしましょう。 C1：よしやるぞ。 C2：前よりも上手くできるようになったかな。 T2：前回の学習で上手くいかなかったことは何でしたか。 C3：足を真っすぐ伸ばすこと。 C4：足が壁から離れてしまうこと。 T3：壁倒立のポイントを確認しましょう。 ○足を真っすぐにのばす。 ○手を真っすぐにのばす。 ○目はマットを見る。 ◎かべとうりつができるようになるためのコツは何か T4：片足だけ壁に付かない人が多くいました。こういう人はどうすればできるようになると思いますか。 C5：勢いをつける。 C6：速く足を上げる。 T5：勢いをつけるってどういうことですか。グループの人と話し合ひましょう。【問い返しと話し合い活動の工夫】 C7：壁に足をぶつけるように足を速くあげる。 C8：足でマットをグッと押すイメージ。 T6：今、伝え合ったことを意識してグループで見合って練習しましょう。 C9：足をシュッと速く上げてごらん。【する】【支える】 C10：手のひらに体重を乗せる感じでやるといいよ。【する】【知る】 T7：仲間と協力して、教えたり教えてもらったりすることで自分の課題を解決するコツを考えて練習することができたね。 【体育の見方・考え方の価値付け】 T8：今日の学習でどんな技のコツを見付けられましたか。 C11：足を上げる時はタンタンというリズムで素早く上げる。 C12：腕はカチカチに固くするイメージです。 T9：今日の振り返りを書きましょう。 C13：最初は、足を上げることを意識していたけど、手の使い方も意識したら足を高く振り上げられるようになった。 C14：友達から技のコツを教えてもらって、手のひらに体重を乗せる感覚を意識したらできた。	○準備運動としてゆりかご、背支持倒立、足の入れ替えをする場の設定。 ○前時に上手くいかなかった課題を共有する場の設定。 ○3つのポイントを確認する場の設定。 ※できた児童は、帽子を赤にし、できた児童ができていない児童を視覚的に支援しやすくする。 ※前時で見つけたコツを共有する場を設定し、練習に向かわせる。 ○課題を焦点化する場の設定 ※教師が上手くできない例を見せる。 ○勢いをつけるとはどういうことかグループで話し合う活動の設定。 ※より詳しく説明させることで動きのコツを引き出す。 ○グループで教え合う場の設定。 ☆グループでそれぞれの課題を見付け、足の振り上げ感覚や腕支持感覚に着目し、技のコツをアドバイスし合っている。(練習の様子) ※必要であればiPadで録画する。 ※グループで教え合っている様子や技のコツを自分なりに表現できている様子を価値付ける。(練習の様子) ○見つけたコツを共有する場の設定。 ☆自己の課題を解決するための技のコツを見付けている。(ワークシート)

(4) 板書計画

心を一つに シンクロマット	する ・ ちょうせんする	みる ・ 仲間の動きをみる ・ 自分の動きをみる	支える ・ ほじよする ・ アドバイスする	知る ・ 技のポイントを知る ・ 技のコツを知る
---	---	--	---	--

◎かべとわりつができるようになるためのコツは何か

ステップ

レベル1 壁のぼり倒立
→逆さになって5秒

レベル2 足の入替え
→補助する人の肩の高さまで足を上げる

レベル3 補助壁倒立
→補助をしてもらって壁倒立5秒

壁倒立の連続図

サットはやく上げる

うでをかたくする。

手を真っすぐにのぼす

足を真っすぐのぼす

目はマットを見る。

(5) 場の設定

